

## Sophrologie

Public Cible : Adultes

Public Cible : Après-cancer

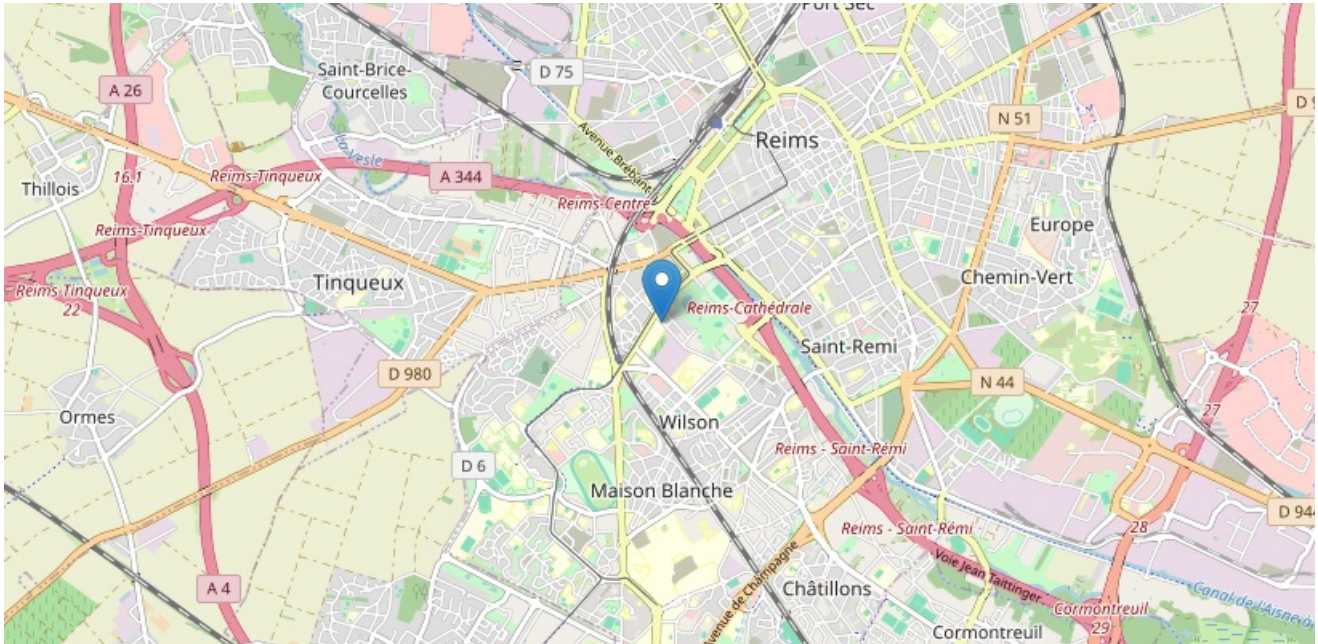
Public Cible : Proches et aidants

Public cible : Oncogériatrie

Douleur

Aide à l'arrêt du Tabac - Alcool & addictologie

Bien-être



### ADRESSE

38 BIS RUE DE COURLANCY (4ème étage)  
51100 Reims



### INFORMATIONS COMPLÉMENTAIRES

☎ : 03 26 35 47 05

✉ : [contact@centre-ressource-reims.org](mailto:contact@centre-ressource-reims.org)



### STRUCTURE

**CENTRE RESSOURCE REIMS**  
38 BIS RUE DE COURLANCY (4ème étage)  
51100 Reims

La sophrologie, qui est une forme de relaxation, permet de mieux gérer ses émotions et son anxiété. Elle peut être active sur certaines douleurs.

Elle se pratique en individuel ou en groupe.